Экстремальная кулинария. Как прожить без денег: русская экстремальная

Владимир Рэмович Цыпляев

SHOUT
SHARE
IT

Annotation

В книге «Экстремальная кулинария» — собранные автором, журналистом В. Р. Цыплевым, традиционные, но не привычные сегодня рецепты, полезные, по его словам, «на случай, если завтра потоп, засуха, всемирная революция, развод с женой, повальный мор, увольнение с работы». Она рассказывает о здоровой и вкусной еде, приготовленной без мяса, рыбы, соли, сахара, овощей, крупы, чистой воды, электричества, газа.

- В. Р. Цыплев
  - ПРЕДИСЛОВИЕ
  - НЕДЛИННОЕ ПРЕДИСЛОВИЕ ОТ АВТОРА,
  - ЭКСТРЕМАЛЬНЫЙ ИНСТРУМЕНТАРИЙ
    - ОЧАГ
    - БОРЬБА ЗА ОГОНЬ
    - САМОДЕЛЬНЫЕ СПИЧКИ
    - МЫЛО
  - ВПРОК, ИЛИ ОТКУДА ЧТО БЕРЕТСЯ
    - СУШЕНКА (ИЛИ СУШОНКА)
    - КАК СОХРАНИТЬ ПРОДУКТЫ?
    - СКОРЛУПОЙ — ПО ЗУБАМ
    - НЕ БЕДА, ЕСЛИ ЕСТЬ ЛЕБЕДА
    - ОСЕННЯЯ БЛАГОДАТЬ
    - ЖЕЛУДИ ПО-СВИНСКИ
  - НА ПЕРВОЕ И НА ВТОРОЕ
    - КАЧ
    - СЕННИК
    - ЭКСТРЕМАЛЬНЫЕ СУПЫ
    - БОЛТУШКА
    - БУЛЬОН С ФРИКАДЕЛЬКАМИ ИЗ ОПИЛОК
    - ЩИ ИЗ ЛЕБЕДЫ
    - ТОШНОТИКИ
    - ТЕСТО С ПЕПЛОМ
    - ЛЕБЕДА, МОКРИЦА, ЛОПУХ, А ПОЛУЧАЕТСЯ ЛЕПЕШКА!
  - ЗАКУСЬ
    - ЛУКОЧЕСНОК
    - С ЛОПАТОЙ И ЛОМОМ В СУГРОБ ЗА ЗАКУСКОЙ
    - САЛАТ В ПАМЯТЬ О СЕРАФИМЕ САРОВСКОМ
    - ВИНЕГРЕТ ИЗ РОЗ
  - ТРАДИЦИОННЫЕ РУССКИЕ НАПИТКИ
    - КРУТОЙ КИПЯТОК

        - ПРОСТО ВОДА
        - БЫСТРОРАСТВОРИМЫЙ КОФЕ ИЗ ЛОПУХА
        - МЁД ИЗ НЕКТАРА ОДУВАНЧИКОВ
        - МЕСТОРОЖДЕНИЕ ВИТАМИНОВ
        - КИСЕЛЬ ИЗ НИЧЕГО
        - КОШАЧЬЕ МОЛОКО
        - КВАС, ПИВО, БРАГА
    - ОПТИМИСТИЧЕСКИЙ ФИНАЛ
        - ХАРЧЕВНЯ

В. Р. Цыплев

ЭКСТРЕМАЛЬНАЯ КУЛИНАРИЯ КАК ПРОЖИТЬ БЕЗ ДЕНЕГ: РУССКАЯ ЭКСТРЕМАЛЬНАЯ ПИЩА

ПРЕДИСЛОВИЕ

Многие из рецептов своей коллекции журналист Владимир Цыплев собрал во время командировок, поездок по деревням Центральной России. Конечно, обидно, что там не пользуются до сих пор многими из привычных для горожан благ цивилизации, грустно от того, что понимаешь: в памяти эти рекомендации хранятся из-за того, что чуть ли не на генетическом уровне живо там чувство неопределенной тревоги за завтрашний день. Но объективно сельские жители оказываются в результате куда жизнеспособней тех, кто живет в городах, особенно — случись что.

Владимир Рэмович Цыплев — уроженец города Вязники Владимирской области, где живет и поныне. Он учился на знаменитом факультете журналистики Московского университета, не раз менял в жизни профессии — работал в музее, в школе, в туристическом бюро, в газетах. Сейчас он корреспондент ежедневной транспортной газеты «Гудок» и часто ездит по разным регионам страны, готовя для нее материалы о жизни российской провинции, о работе железных дорог. Он хорошо фотографирует, рисует, пишет стихи, всерез занимается краеведением — изучением далекого прошлого владимирского края. И в свободное время с удовольствием столярничает, занимается огородом. Это привычный образ жизни для небольшого города, но подчеркиваю слова — он этим занимается с удовольствием, талантливо и оптимистично.

Вот так же легко, талантливо и оптимистично написана и эта книга. Наверное, только так и можно писать книги, весьма грустные по своему глубокому смыслу.

Николай Морохин, доктор фиологических наук.

НЕДЛИННОЕ ПРЕДИСЛОВИЕ ОТ АВТОРА, которое желательно прочитать прежде, чем вы начнете стряпать по рецептам этой книги

Кулинарные записи необычных рецептур я начал делать давным-давно, ещё в студенческие годы после одного весьма забавного случая.

Это было в семидесятых годах. Денег не хватало, как всегда, но однажды они исчезли надолго. Кончились и запасы продуктов. В нашей 329-ой комнате Дома студентов МГУ на Мичуринском проспекте оставался лишь килограммовый пакет с надписью «Мука блинная».

Рыбьим жиром я промазал сковородку. Но блины, почему-то, тем не менее, долго не хотели отскакивать. В конце концов с грехом пополам я их заставил переворачиваться. Они подрумянивались, однако остывая, как-то странно и неожиданно быстро превращались в звонкие сухари.

Мы сели обедать и сгрызли пять или шесть этих самых, с позволения сказать, блинов, запивая их горячим чаем. Последним к столу пришел студент, «по совместительству» художник, который перед тем, как вкусить, почему-то подозрительно спросил:

— А где вы взяли муку?

— Вон «Мука блинная»… Помнишь, покупали как-то в «Новоарбатском»?!

Тот ухмыльнулся в бороду:

— Ту муку мы давно съели, а в пакет я насыпал грунтовку для холста.

Реакцию товарищей — нынешних известных журналистов я не смогу, даже спустя 30 лет, выразить пристойной лексикой, однако замечу, что ни к чему плохому мои блины в результате не привели. Все остались живы и здоровы, а я с тех пор начал коллекционировать настоящие русские народные рецепты — как выжить.

Вряд ли человеку взбредёт в голову в лихих экстремальных условиях искать книгу, чтобы по рецепту приготовить фрикадельки из опилок или лебеду квасить по инструкции. Но, прочитает её в более-менее спокойное время — и непременно

отложится что-то, а когда надо, всплывёт.

История знает массу примеров, когда человек попадал в экстремальную ситуацию и выживал за счёт силы духа, а не за счёт предусмотренной заранее экипировки, запаса пищи, лекарств. Вообще, в неожиданной ситуации хорошо было только, пожалуй, Робинзону, которому Даниэль Дефо даровал на острове и вволю еды, и пресную воду, и даже кулинарную книгу.

Да, скажете вы, если бы знать, где споткнёшься…

Человек всерьёз «подкладывает соломинку» до того как упасть в космонавтике и в полярных экспедициях. Космонавты ещё на земле моделируют большинство нештатных ситуаций и заранее корректируют действия. А полярники оставляют тушёнку, галеты, другие продукты в тундре, сооружая над упакованными продуктами холмы из камней, чтобы белые медведи не добрались. Кому и когда понадобится этот экстремальный запас — неизвестно, но он есть и всем спокойней.

В остальных же сферах жизни — почти полнейший «авангардизм» в вопросах упреждения. Изучается диагностика катаклизмов, способы их усмирения. Но никто не разрабатывает, скажем, подушку безопасности над кроватями для сейсмоопасных квартир, чтобы она срабатывала при землетрясении. А почему в постоянно затопляемых районах Сибири на чердаках не стоят лодки? Это же гораздо дешевле, чем потом вертолётами вывозить людей из зоны бедствия. А где можно в большом городе сегодня запастись керосином на случай отключения газа и электроэнергии? Почему строятся громадные жилые дома, но оказывается, до верхних этажей этих небоскрёбов не достают пожарные лестницы и вертолётные площадки на крыше не предусмотрены? А зачем вместо земляной груши — топинамбура, который жёлтыми шапками украшал бы каждой осенью дороги и мог бы бесплатно прокормить в случае чего всю Москву, по МКАД насеяли какой-то страшный на вид и несъедобной на вкус голландской или шведской травы-биомутанта? Кому она нужна? Её даже птицы не клюют. И земля не принимает: почти треть посевов уже вымерзло, вымокло или высохло.

Глава МЧС Сергей Шойгу в одной из телепередач сказал, что мы научились профессионально и эффективно действовать «после того», умеем разгребать последствия бедствий, но государство (как и отдельно взятый человек), ещё не может столь же эффективно предотвращать.

Как человеку, постоянно снующему по командировкам, приходится держать собранный чемодан у двери, так и нам надо быть всегда готовым к оползню, наводнению, провалу в болото, мору, укусу собаки, разводу, падению кирпича с крыши. Ну и,

естественно, главной «забаве» человечества, — войне. Вспоминается в этой связи Апокалипсис: молитесь, чтобы бегство ваше не случилось в субботу или ночью.

А можно ли вообще быть всегда и ко всему сразу готовым?

Многие из рецептов записаны со слов старожилов во владимирских, смоленских, подмосковных деревнях и адаптированы к нынешним условиям. Большинство рецептов публикуются в этой книге впервые, а так их можно было бы отнести к напрочь забытым.

Все рецепты абсолютно безопасны, а иные даже целебны.

ЭКСТРЕМАЛЬНЫЙ ИНСТРУМЕНТАРИЙ

ОЧАГ

Чтобы приготовить большинство блюд, кроме продуктов и воды, необходим источник нагревания. Сыроедение — вещь полезная, но, как ни странно, малопригодная в экстремале. Ведь, чтобы быть сытым «сыроедом», нужен выбор продуктов, а у нас есть только полмешка соли, которые нам сосед предлагает поменять на два ведра ржаной муки. Из муки, правда, можно сделать так называемую «болтушку» — развести муку в холодной воде и пить. Но летом, когда кругом полно начинки, грех муку в «сыроедную» болтушку изводить, полезней и сытнее будет чего-нибудь испечь.

Нужен очаг, а у нас печь СВЧ, тостер, электрочайник, газовая плита, но нет ни электричества, ни газа. Несколько позже кончатся и спички.

Первым делом надо поискать, если заранее не запасли, керосин. Даже без керосинки, фитиль и очаг можно соорудить легко. Керосин сам по себе не воспламеняется, а потому один конец фитиля можно закрепить проволокой на небольшой кастрюльке, поставив ее внутрь кастрюли повыше. Налить керосин во внутреннюю кастрюлю и опустить в него второй конец фитиля. Фитиль вырезается из нескольких слоев любой хорошо впитывающей ткани. Сверху наложить любую решетку и спокойно варить, вытаскивая фитиль постепенно подобием пинцета. Следить за таким очагом легко. Нужно только предупредить, что, если огонь по фителю опустится в кастрюлю и там все вспыхнет, не следует плескать в этот очаг воду, лучше набросить на несколько секунд сверху ненужное пальто.

Сложнее, если вы нашли бензин. Придется искать еще и паяльную лампу, которой в хозяйствах опаливают шкуры свиней, а в ЖЭКах отогревают замерзшие батареи. Варить кач, подогревая кастрюлю сбоку «струей» огня от лампы очень неудобно и пожароопасно. Бензин, по большому счету, в общем-то бесполезная находка. Не стоит запасаться в ожидании трудных времен и газовыми дачными плитками, спиртовками, тратить деньги на запасы сухого спирта. Это — детские игрушки. Запастись лучше всего короткими дровами, керосинкой и керосином, который простоит в закрытой емкости до рождения правнуков и им еще пригодится.

Хорошо иметь десятка два-три красных кирпичей. Бросьте их в гараже, пусть валяются. Хлеба не просят, но, когда все будут стоять в очереди за «буржуйками», вы на втором, восьмом или любом другом вашем этаже в ванной, а точнее прямо в ванне

сложите прекрасную печку-топку из этих кирпичей. И еще: не поленитесь съездить на кирпичный завод. Вам покажут отвал с отходами необожженного сырца. Возьмите пяток кирпичей, которые еще не побывали в печи. Подержав в воде сутки, из них вы получите потом прекрасный раствор. Не нужно будет искать глину.

Не используйте в кладке белый, красный пористый, и огнеупорный кирпич. При нагревании они жутко воняют, вызывая аллергию и головную боль. Особенно этим грешит огнеупорный кирпич, который из-за одного его названия можно по ошибке использовать для строительства печи.

Хорошо бы и глину очистить. Для этого надо в большом количестве воды тщательно перемять и взмутить ее. Нам понадобится средняя часть образовавшейся взвеси, а потому подождем секунд 20-30 и сольем сверху пену на выброс. Потом отделим жидкую часть от осадка, который тоже выбросим. Жидкая часть будет отстаиваться сутки, после чего она четко разделится на прозрачную воду и мягкий «пушистый» слой чистейшей глины. Воду надо осторожно слить, а на глине такого качества можно класть печь без добавления песка. Чтобы раствор при высыхании не растрескался без песка, слой между кирпичами не должен превышать двух миллиметров.

Кстати, глину такой двойной и тройной очистки можно употреблять в пищу вместо древесного угля и мела тем, у кого кальциевая зависимость. А попробовать можно всем. Должно понравиться.

БОРЬБА ЗА ОГОНЬ

Мы попали в ситуацию, когда у нас нет ничего, даже спичек. Что делать?

Лучше и дольше всего огонь поддерживается обыкновенной церковной лампадкой.

Надежен и очаг по названию «ладья» (лидия). Однажды на Кавказе, на перевале мы ночью спящие попали под снежную лавину. Правда, не в сам эпицентр, а в «отроги» лавины, когда полностью накрыло палатки, но сверху оказалось только с полметра снега. Мы довольно легко выбрались без спасателей и были весьма удивлены: ладья, которую соорудили мы вечером под руководством местного проводника по имени Эльбрус из селения Дзинага, продолжала гореть. Вокруг были стены таящего снега, а ладья горела, «прожигая» снежную толщу. Ладья спасла, если не жизнь нашу, то здоровье точно: мы отогрелись, просушились, вскипятили воду. С тех пор свято верю в эту самую ладью.

Складывается такой очаг просто, но нужны толстые спиленные недавно кругляши, три бревна. Сухие быстро сгорят. Чем длиннее бревна, тем дольше и надежней сохраняется огонь. Два укладывают рядом, и между бревнами по центру, а не по всей длине, чтобы быстро не горело, насовывают разжигу — бумагу, колотые сухие дрова, бересту и поджигают. Осторожно сверху накладывают третье бревно. Чтобы конструкция не раскатилась, сбоку нижние бревна подпираются камнями. Удачно выбранные для ладьи бревна могут тлеть целую неделю.

САМОДЕЛЬНЫЕ СПИЧКИ

Фосфорные спички, которые использовались до 50-х годов XX века, можно сделать так. Специально приготовленные палочки окунают концами в смесь фосфора, замешенного на столярном клее с мелко толченым стеклом и киноварью. Высушивают и погружают в расплавленный парафин, который убережет спички от намокания, нисколько не влияя на качество.

Надо помнить, что от таких спичек постепенно все страны отказались. Фосфор при горении выделяет ядовитые газы, и в обычной жизни нет смысла использовать фосфорные спички, а вот окунуть заводские спички в парафин для предохранения от влаги перед тем как отправить их в дальний ящик на хранение, смысл есть.

Зажигалки и увеличительные стекла в экстремальных условиях мало помогут: первые недолго проживут, а вторыми можно воспользоваться исключительно летом, днем и в хорошую солнечную погоду. Так что, лучше спичек пока ничего не придумано.

МЫЛО

Изготовление самодельного мыла на первый взгляд не относится к вопросам кулинарии, но это не так. Дело не только в том, что приготовление еды — процесс, требующий чистоты, в частности, рук. В ходе этого процесса остаются кости — они и есть сырье для мыла. Их засыпают золой, заливают водой и некоторое время варят, понемногу сливая мыльный экстракт в специально приготовленные небольшие формы. Формы высушиваются на солнце.

Житель села Петрино Виктор Николаевич Чураков рассказал совершенно уникальный способ получения мыла в домашних условиях вообще безо всяких затрат. Человеку в любой непредвиденной ситуации может пригодиться этот способ, тем более известно, что в экстремальных обстоятельствах мыло пропадает наряду со спичками, солью и сахаром.

Вот этот способ: заготовить килограмма два любого вида папоротника, хорошенько высушить его и сжечь. Намесить лепешек из полученного таким образом папоротникового пепла с водой и просушить их. После высыхания, это и будет… прекрасное, самое настоящее мыло, стирающее не хуже любого фирменного порошка.

Надо сказать, что некоторые виды папоротника занесены в Красную книгу, но я передаю здесь народные способы и рецепты, которыми в обычной жизни вряд ли кто-то захочет воспользоваться. Вряд ли толпы неумытых горожан бросятся сейчас в лес за папоротником, чтобы сделать из него кусок (а точнее лепешку) мыла. Но на всякий случай, думаю, способ сохранить в памяти надо.

ВПРОК, ИЛИ ОТКУДА ЧТО БЕРЕТСЯ

СУШЕНКА (ИЛИ СУШОНКА)

Современные языковые формы не имеют адекватной производной от термина процесса сушки для самого продукта, получаемого при сушении, кроме странно закрепившегося названия засушенных на хлебокомбинате бубликов: «сушки». Точнее было бы назвать их «сушенки» с ударением на первом слоге или по старорусски «сушонки». Но язык предпочитает укоротить слова. Пусть будут «сушки».

Возвратилось в новом качестве еще одно старое название: сухари и сухарики. Их теперь красиво упаковывают к пиву и в дорогу, а я еще застал время, когда сухари годами хранили в железных чуланных ларях, иногда обновляя на черный день и обязательно ежегодно летом просушивая на длинных льняных домотканых холстах или новых половиках на горячем солнце. Помню, пацанам (девчонки боялись ястребов, а раньше их полно летало) доверялось отгонять от этих сухарей мух и ворон — важное дело. Первые могли обгадить сухари (говорилось: «мухи обсидели»), а вторые норовили спереть, выбирая непременно самые сдобные сухари пасхальных куличей.

Самый надежный способ надолго сохранить — сушка. Ни варенье, ни соленье, ни маринование ни на йоту не приближаются к ней по эффективности. Я не берусь судить о количестве спасенных при этом на лихую годину калорий и витаминов, но вкус а, главное, продолжительность и простота хранения сушеного продукта замечательны.

Сушить можно абсолютно всё, даже такие водянистые продукты как томаты или огурцы, в которых, всем известно, 94–96 процентов воды.

Распределим некоторые самые доступные продукты по вкусовым качествам.

Надо заметить при этом, что в сушеном виде большинство продуктов имеют совершенно иной вкус нежели в свежем. А потому, если вы ненавидите свежий лук, в сушеном же виде он может показаться беспредельно хорошим и наверняка понравится гурману даже в обычных условиях жизни, а в экстремальных будет просто на вес серебра.

На вес золота будет, без всякого сомнения, сушеная морковь. Попробуйте сами прямо сегодня-завтра. Она по вкусу даже отдаленно не напоминает свежую. Проверьте этот феномен на своих домашних — удивите жену, положите ей в рот щепоть тайно насушенной моркови — ни за что не определит какой продукт она жует.

Дети любят брать сушеную морковь на улицу. Она гораздо вкуснее всех видов сухофруктов, конфет, жвачек. А для экстремального времени даже небольшой запас сушеной моркови — настоящий клад.

Автор испытывал разные способы ее приготовления, но остановился вот на каком: морковь натирается на крупной терке и раскладывается тонким слоем либо на противень, либо над газовой плитой на сушилку. Сушите на небольшом огне, постоянно поворачивая. Не нужно морковь тереть длинными продольными стружками: толщина по всей длине получается неодинаковая, один конец стружки уже сгорел, а из другого еще только начнет выпариваться вода. Можно просушить и в марлевой сумочке на открытом воздухе, но в этом случае несколько дней надо перетряхивать сумку. Если вдруг вы это забудете сделать, внутри морковь заплеснет и будет годна только на шампанское.

На второе место по вкусу поставим сушеную крапиву, а на третье — сушеный лук и чеснок.

Принцип сушки един для всех продуктов: чем больше воды — тем толще режем заготовку для сушки. Если настрогать огурцы или помидоры мелко, как морковь, на терке, они сваляются в неприглядную массу, которую просушить будет невозможно. Их надо резать толщиной в палец.

Интересно сушить капусту. Ее нужно настрогать подобно моркови, но существует и довольно оригинальный народный способ, публикуемый впервые в этом издании, как и большинство других рецептов.

Кочан разрезается поперек посередине. Все листья верхушки примерно одинаковой толщины. Мы их раскладываем на противне или на сушилке рядами так, чтобы получались чашечки. Строгаем оставшиеся грубые основания листьев вместе с кочерыжкой на мелкой шинковке.

Кухонным комбайном проще это сделать, но тот, у кого есть хороший дорогой комбайн, строгать не будет. Он надеется, что ему не придется когда-то заворачивать в сушеную капусту фрикадельки из березовых опилок. А кто построгал бы, у того нет комбайна. Необъяснимый философско-кулинарный парадокс.

Нашинковали твердое основание кочана, раскладываем стружку в чашечки листьев и сушим до полной готовности. Отменный вкус! Подсолив капусту при сушке, мы получаем даже в неэкстремальном быту замечательную закуску к пиву.

Кроме этого, можно сушить, заготавливая впрок, все виды корок: арбузные, апельсиновые, лимонные, банановые, мандариновые, включая картофельные очистки. Из последних получается блюдо под названием «тошнотики», о котором мы уже

вспоминали.

КАК СОХРАНИТЬ ПРОДУКТЫ?

Если рецепты необычной экстремальной кулинарии практически совпадают с полуутраченными рецептами прошлых веков, когда люди голодали из-за недородов, войн и эпидемий, то рецепты хранения продуктов отличаются одновременно и от нынешних, и от прошлых.

Нынешние методы могут не пригодиться в тяжелой жизненной ситуации по причине хотя бы отсутствия электричества: ни один бытовой прибор работать не будет.

Старые виды хранения тоже не всегда подойдут сегодня. Скажем: где вы поймаете на Арбате лягушку, чтобы кинуть ее в ведро с молоком — именно так предохраняли молоко от скисания в жаркую погоду всего лишь полвека назад, до появления на селе бытовых холодильников.

Но сохранить некоторое время можно не только сушения. Любые рыбные и мясопродукты сберегают, засыпав солью. Их берут потом по мере надобности и эту соль вымачивают. Яйца хранятся очень хорошо в парафиновой оболочке. Обычно так «упаковывают» сыр, но можно «паковать» почти все: свежие огурцы, помидоры, яблоки, арбузы… Для этого на секунду опускают продукт в расплавленный парафин. За его неимением можно воспользоваться козьим или бараньим топленым салом по такой же технологии: расплавить, окунуть, подсушить. Недостаток сала в том, что продукт приобретает его запах. Идеальной сохранности можно добиться следующим способом: продукт «упаковываем» парафином в несколько слоев, укладываем плотно в ящик и опускаем на дно водоема. Если парафиновый кожух не повредится, через полгода можно будет достать абсолютно свежие овощи или фрукты.

СКОРЛУПОЙ — ПО ЗУБАМ

В больших и средних городах редко кто копит голубям-пичушкам яичную скорлупу. А зря. Это — прекрасный натуральный перевариваемый и нашими желудками кальций. Зубы, ногти, волосы, кости требуют в любом возрасте много кальция, а с ним во время экстремальных ситуаций, как и во время лечебного голодания, — проблема. Приготовить скорлупу для ежедневного употребления, несмотря на чернильные печати птицефабрик, довольно легко.

Перво-наперво уберем пятна. Печати по идее должны ставиться на яйцах не ядовитыми красками, однако теперь поручиться ни за что невозможно, а потому лучше с этими печатями расправиться уксусом. Они хорошо выводятся. Проще же попросту отколупать и выбросить испачканные места скорлупы.

Первый наилучший способ: высушить скорлупу на весу в марлевом мешке, истолочь ее в порошок и потреблять по чайной ложке в день, запивая водой или добавляя этот совершенно не нарушающий ароматы безвкусный порошок в какое-нибудь второе блюдо.

Второй способ ускоренный: выложить скорлупу рядами в жаровочной плите или шкафу и высушивать, не пережигая, до желтоватого цвета. Мелко, в муку растолочь. При этом способе скорлупа обретает вкус жареных семечек и в обычных условиях хорошо идет в мясо. Можно, например, подмешивать в котлеты.

В экстремальных условиях, если куры ещё не съедены и несутся, яйцо попросту можно съедать вместе со скорлупой, как это в природе делают другие животные.

НЕ БЕДА, ЕСЛИ ЕСТЬ ЛЕБЕДА

Рецепт этого блюда рассказал мне механик госплемзавода «Пролетарий» Николай Федорович Косоруков. Оказывается, в его родной деревне Воробьёвка недалеко от Вязников лебеду ели не только в войну — ее и по сию пору прекрасно готовят хозяйки в качестве острой закуски мужикам к столу.

Он настолько убедительно доказывал чудесные свойства этого блюда, что я вопреки отчаянным протестам домашних, которые не слишком рьяно приветствуют кулинарные эксперименты, всё-таки изготовил квашеную лебеду. И не пожалел.

Лебеда — трава известная, у всех на слуху, но при первом упоминании не каждый сразу представит ее, кроме, конечно, специалистов. Напомню: вы лебеду видели сто раз в виде куста, возвышающего посреди картофельной борозды. Ее нещадно рвут, вытаскивая, порой, громадный комель вместе с картошкой. У лебеды мягкие шелковистые листья и, на удивление, такой же мягкий даже мясистый, толстый, но гибкий стебель. Благодаря этой гибкости, лебеда, случается, вымахивает под два метра высотой, не переламываясь на ветру.

Лебеду в прошлом в войну использовали добавкой в хлеб, сушили, делали муку, но проще всего, оказалось, ее квасить.

Эта трава внешне, согласитесь, абсолютно не напоминает капусту, однако приготавливают ее в точности так же, а на вкус лебеда в чем-то даже превосходит знаменитую русскую закуску — квашеную капусту. Способами закваски капусты и следует воспользоваться, готовя лебеду. Их можно найти в любом пособии по заготовке овощей на зиму. Пересказываю в книге лишь рецепты, как сейчас говорят, эксклюзивные, ранее не публиковавшиеся. Блюда из лебеды, к сожалению, не имеют названий. Дадим простой, но замечательной еде поэтичное имя: «Лебеда по-воробьёвски» или «Лебединая закусь» — кому как нравится.

Нужны: рубленная, измельченная тяпкой, как капуста, вместе с толстым стеблем сама лебеда (шинковать ее не получится!), соль, специи и добавки, которые вам больше по вкусу. Это могут быть: лук, чеснок, перец, лавр, укроп, морковь, свёкла, хрен, корица, гвоздика. Хотя, честно говоря, по-моему, все специи и добавки ухудшают вкус любого квашеного продукта, даже капусты, а лебеды тем более. Сравниваю с селедочкой или солеными грибками, облитыми хозяйкой зачем-то растительным маслом. Художники в этом случае говорят: тонирование золотой

статуи под бронзу. Зачем? Отбивается и вкус и запах исходного продукта. Однако это, думаю, далеко не бесспорно, и выбор приправ остается за вами. Кроме крупной без йода соли, лучше в лебеду при закваске положить лишь немного клюквы или антоновских яблок, как в капусту. Они сохраняют ядреность. И всё, больше ничего не нужно.

Зальёте горячим рассолом, — квашенная лебеда будет готова уже через два дня, холодным — через пару, тройку недель.

Если кроме йодированной соли другой нет, — ничего страшного. Капуста, огурцы делаются от такой соли мягкими и не хрустят, а лебеда с любой солью хрустеть не будет. Так что вы не много потеряете. Единственный недостаток: горячий рассол, йод и длительное хранение превратят нашу «лебединую закусь» по консистенции в «манную кашу», но есть её можно, подавая к столу, как кабачковую икру. Вязкость не отражается на ядрёности и остроте лебеды.

А преимущество главное перед любым продуктом заготовки в том, что квашеной закуской из лебеды вы можете потчевать с середины мая до конца сентября, когда капусту только начинают заготавливать. И ещё: лебеду даже в условиях рыночной экономики пока можно заготавливать совершенно бесплатно. А растет она везде, видел недавно даже в самом центре Москвы около Государственной Думы со стороны Тверской улицы. Там же пробивался кустик крапивы, — значит, депутаты голодными тоже не останутся.

ОСЕННЯЯ БЛАГОДАТЬ

В нормальной размеренной жизни действует старый российский лозунг: «Весенний день — год кормит». Но в экстремальную пору этот лозунг малопригоден. Правильней будет сказать, что кормит год осенний день.

Сумеем ли мы по весне выбраться на дачу, посадить петрушку с морковкой или придется бегать по крышам — «зажигалки» в ведре с сырым песком гасить?! А дары природы осенью, что бы ни было, вырастут сами.

Попробуем все, что возможно, заготовить в лесу и парке на свою семью, родственников и соседей, которые непременно почему-то будут приходить именно в тот момент, когда вы напекли тошнотиков или жуете в темноте лепешку из желудей. Да ещё хорошо бы заготовить столько чего-нибудь нужного, чтобы на обмен излишки были. Хотя бы ведро березового соку и бочку квашеной лебеды.

Обычно деньги, драгоценности, золото, в лихую годину ничего не стоят. Ценятся продукты питания и предметы быта типа керосиновой настольной лампы, пилы, топора. Из предметов роскоши понадобятся тележка с большими колесами на перевозку провизии и дров, телогрейка и валенки.

Если поторопиться, то тележку с хорошими колесами от вертолета МИ-8 можно пока ещё выменять вблизи какого-нибудь бывшего аэроклуба ДОСААФ за BMW, VOLVO или FORD. Автомобиль — не роскошь и не средство передвижения в условиях полного отсутствия бензина, а совершенно бесполезная вещь. Оргтехнику с телевизором и видеомагнитофоном попробуйте перепаять в детекторный радиоприемник , чтобы быть в курсе дел, слушая какой-нибудь слабый «Голос трудящихся Востока».

Теперь можно идти в лес по грибы.

Таджикские цыгане, уже три года каждое лето приезжающие в Россию на пропитание, останавливаются табором в лесу у города Коврова. Мне доводилось у них бывать, видел, как питаются цыгане. Они не знали поначалу местной флоры и пробовали все подряд. Поразительно, но им понравились грибы — их едят или сырыми, или едва обжаренными на костре. Более того, едят даже мухоморы. Если бы сам не видел, никогда не поверил бы.

Правда, из-за мухоморов несколько раз попадали они в ковровскую больницу с отравлениями. Но позже цыгане «отрегулировали» дозу и степень обжарки грибов. Отравлений не стало, но по-прежнему они едят все грибы.

Не хочу этим фактом призывать последовать примеру, однако опыт такой всеядности может пригодиться кому-то в экстремальной ситуации. После трапезы с подозрительными грибами надо съесть две-три жмени углей из костра, если в этот костер вы не кидали пластиковых бутылок, пакетов. Древесный уголь костра сродни аптечному активированному углю, он связывает и выводит из организма яды и лишние жиры. А запить можно отваром дубовой коры, который тоже помогает при отравлениях.

Издревле на Руси во время постов люди питались одними грибами. Грибов заготавливали много. Последние грибоварни исчезли в Селивановском и Меленковском районах на владимирской земле всего года четыре назад. Многие не знают теперь вообще, что такое грибоварня.

Обычный грибник приносит сырые грибы домой и там уже неспешно их перерабатывает. А небольшая русская традиционная грибоварня — это подвода и четыре-шесть дубовых кадок. Семья вместе с детьми на два-три дня едет в грибное место. Женщины кипятят воду, ошпаривают кадки, моют грибы, которые приносят мужчины и дети, засаливают, отсортировывая белые, осиновики, челыши, которые сушат в зависимости от погоды либо прямо в лесу, либо позже дома, на чердаке. Самые надежные и безопасные грибы сушеные. Их так и держат всю зиму подвешенными в связках на чердаке.

Сырыми при острой необходимости можно есть четыре гриба (автор все пробовал сам, — никаких последствий): садовые шампиньоны, растущие на высохшей соломе или валежнике, белые, конечно молодые и не червивые, рыжики и сыроежки. Надо сказать, что рыжики и сыроежки горчат. Их надо вымочить прежде в проточной воде, а у сыроежек снять верхнюю шкурку. Впрочем, сыроежка с красной шляпкой все равно будет сильно горчить.

На шампиньон похожа бледная поганка, а на белый — сатанинский или желчный гриб. Существует масса рецептов определения ядовитых ложных грибов, а люди, тем не менее, каждый год попадают в больницы. Думаю, что причина здесь одна: все справочники показывают внешний вид грибов, а он-то как раз и обманчив. Подозрительные грибы надо нюхать и… лизать. Это единственный надежный способ. Все несъедобные и условно-съедобные дары леса отвратительно пахнут, а если чуть лизнуть свежий срез, язык опалит горечь. Ни один хороший гриб не воняет и не жжется. Если вы переусердствовали и во рту неимоверно жжет, а слюна не справляется уже с результатами ваших проб на языке, за неимением соды пожуйте, не глотая,

пепел от сигареты.

ЖЕЛУДИ ПО-СВИНСКИ

Желуди можно было бы поставить в самый первый ряд блюд экстремальной кулинарии, если бы дубы не стали сегодня большой редкостью в наших лесах. Теперь надо приложить немало усилий, чтобы набрать приличное количество желудей хотя бы на пару дубовых оладьев.

Интересно, что с дубовыми листьями проблемы нет. Скорее всего птицы приносят издалека и теряют желуди, а возможно идут мелкие побеги от старых корней некогда могучих дубрав. Так или иначе, но молодая поросль в лесах есть и ее довольно много, но она не поднимается выше пояса, а чаще всего бывает по колено. Потом листья из-за какой-то напасти желтеют и закручиваются, могучий дуб не вырастает.

Однако не везде так плачевно с дубравами, а потому, если есть возможность, стоит попробовать. Из всех описанных выше кулинарных изделий блюда из желудей самые калорийные. В них до восьми процентов жира и почти тринадцать процентов сахара.

Поздней осенью желуди собирают, очищают от шкурки, измельчают и вымачивают в холодной воде. Вода в течение недели постоянно меняется. Можно ускорить процесс, если после трех суток вымачивания два-три раза обдать желуди кипятком. Сливаемую воду и шкурки желудей тоже можно использовать. Замочите в них кожаную одежду, старые джинсы, другие изделия из натуральных материалов. Они сделаются прочнее от вымытых из желудей дубильных веществ. В этих отходах нашего кулинарного производства хорошо помыть волосы, — лучше всяких укрепляющих шампуней.

После вымачивания плоды дуба раскладывают тонким слоем для полной просушки. Можно слегка поджарить. Сушеные желуди размалывают в муку. Это — основной желудиный полуфабрикат, из которого можно изготовить множество хороших блюд: оладьи, тесто для пирогов, пельменей, вареников… А кроме того: галушки, клецки, кулебяки, дубовую лапшу, детям без всякого сомнения понравится дубовая каша.

Но самый пик, буквально овации кулинар сорвет у гостей, поставив на стол экзотический «дубоватый деликатес» — сдобное сладкое пирожное, которое готовится совершенно без финансовых затрат. Из мелко помолотой муки желудей делаем блины, придаем им нужную форму. Вместе с тем, хорошо прожариваем крупно размолотые желуди до состояния жареных семечек подсолнуха и смешиваем их с малиной, земляникой, любой сладкой ягодой, а за неимением ягод, — с густым

вишневым «варом». Промазываем каждый блин полученной смесью и даем пропитаться. Вкус этого блюда неповторим.

Хорошо приготовленные желуди настолько питательны, целебны и вкусны, что имеют все шансы стать в недалеком будущем любимым лакомством человека. Но без вымачивания горькие желуди для человека несъедобны.

НА ПЕРВОЕ И НА ВТОРОЕ

КАЧ

Вершиной коллекции рецептов экстремальной кулинарии считаю блюдо под названием «кач» или «коч».

Прежде чем говорить о составе кача, надо сказать о его примечательном названии. «Кач» — по сути не что иное, как «каш» или позже «каша». В свою очередь, это слово, вероятно, родственно другим — «кош», «коча», «кочка» и «куча». И горшок — «горячий шок» (то есть — «кош»). Первоначальное значение вы поймете, если вдумаетесь в слова: «кочегар» — человек, который сжигал кочи, комли деревьев, оставшиеся при подсечном способе земледелия, «кочерга», «корчага», «кочан», «куча», «куш», «кошель»… Произошел перенос значения с пузатого «коча» — предмета, в котором варится блюдо, на само это кушанье. Интересно, что и сами слова «кушанье», «кушать» — из того же ряда. Этот исторически закрепившийся в русском языке перенос значения — не исключение. Мы каждый день говорим: «кипит чайник», хотя прекрасно понимаем, что на самом деле кипит вода в этом чайнике.

Кач — самое неприхотливое древнеславянское блюдо. Велико- мало- и белорусские люди ели его в голодные годы, которые случались довольно часто. Для варки кача не нужно абсолютно никаких продуктов, соли и сахара. Каша «из топора» — это не сказка, это — кач, о котором почему-то все, вдруг, примерно двести-триста лет назад забыли. Кач не просто неприхотлив, но его можно сделать повсеместно и, что особенно важно, в любое время года. Мы ведь не знаем, где и когда нас настигнут невзгоды.

Итак, берите топор, пойдемте в лес, вспоминая поговорку «ободрали, как липку».

Да, мы идем драть липу. Нам нужна липовая кора, которая спасет нас от голода, цинги, авитаминоза, простуды и прочих напастей и хворей.

Рецепт кача прост: полосья липовой коры очистить от верхнего слоя. Можно и даже нужно все время пробовать очищаемую кору на вкус: внутренний слой — белый и сладкий, а внешний, коричнево-зеленый, горчит. Чем тщательней будет очищена кора, тем вкуснее получится кач. Желательно полоски предварительно поколотить камнем на камне, тогда они быстрее сварятся. Вообще, задача первого этапа — очистить, расплющить, измельчить, разрезать вдоль и поперек как можно мельче, хотя ножом надо пользоваться при этом очень-очень в меру: соки не любят металла, а жмых без соков потеряет вкус.

Где и как добыть липовую кору?

Заметим, что мы ведем речь только об экстремальной ситуации. Хотя на Руси даже в самый экстремально голодный год, несмотря на отсутствие «экологических проблем», существовали определенные правила. Они может быть шли не столько от любви к липе, сколько от горького опыта, что завтра придется еще хуже, а потому даже липу надо драть с умом, чтобы она не погибла и на следующий год-недород снова были бы мы с корой.

Липу в городе, на даче, у дома поберегите на более тяжелые времена. Кроме того, это обдирание на городской аллее без особой надобности ныне чревато некими последствиями.

В стародавние времена липу драли с расчетом. Самая вкусная липа, естественно, — молодая. Но у неё очень тонкий слой наиболее сытной белой внутренней части коры. Чтобы прокормить семью, пришлось бы ободрать поллеса, а потом неделю кору чистить и измельчать. Потому брали липу среднего возраста или нетолстые ветви старой. Чтобы дерево быстро восстановило кору, ее срезали тонкими полосами, чередуя их с нетронутыми.

Если вы делаете кач, прочитав эту книгу, из «чисто спортивного интереса», можете экспериментировать со снадобьями сколько душе угодно, ибо кач — лишь исходный атом всех вторых, а может быть и первых блюд. Чего бы вы в кач ни добавили, — всё будет хорошо, сытно и вкусно. Но украсить в этом случае кач хоть чем-нибудь надо непременно, поскольку коричневое с сине-зелёными отливами варево смотрится на столе жутковато.

СЕННИК

Сенник — блюдо столь же непритязательное, как и кач. Однако оно менее вкусно, а смотрится ещё хуже первого. Хуже оно и переваривается, но заслуга сенника в его совершенной простоте приготовления и нередко единственной возможности пропитания лютой зимой.

Берется обыкновенное сено. Лучше найти или заготовить заранее лесное. На втором месте по пищевой ценности и вкусу пойменное луговое.

Точно так же, как и кач, сенник необходимо очень долго варить, желательно в скороварке, русской печи или толстой кастрюле. Предварительно сено надо измельчить, а лучше всего истолочь в муку.

Чтобы не привыкать к соли и сахару, которые в тяжелые времена имеют обыкновение пропадать первыми, попробуйте с самого начала не солить и не сластить сенник. Он имеет свой довольно оригинальный вкус. В нём нет и не может быть горчины, поскольку горечь определенных трав исчезает по мере сушки. Даже полынь и чистотел в сушёном виде после варки будут чувствоваться только, если их концентрация окажется слишком велика. Вреда же здоровью ни от того, ни от другого нет, а отвары чистотела чистят печень.

Для того, чтобы горечи тем не менее всё же не случилось, в свободное время надо попросту перебрать сено перед измельчением, оставив для варки только знакомые типа «кашки-клевера», нейтрально-безвкусные и сладкие травы.

ЭКСТРЕМАЛЬНЫЕ СУПЫ

Самая благополучная пора, не считая, конечно, урожайной осени — ранняя весна, когда только-только появляются сныть и крапива. Из крапивы можно приготовить вкуснейшие и даже изысканные блюда. А когда крапиву нечем дополнить, ее просто можно высушить и есть вместо традиционной славянской жвачки — семечек. У сушёной крапивы отменный вкус. К тому же она полезна…

Самое распространенное блюдо из крапивы, которое все знают, это — суп-крапивник. Однако мало у какой хозяйки он получается вкусным именно благодаря крапиве. Конечно, если туда ляжку свиную или окорок… Но это будет не крапивы заслуга.

Весь фокус крапивы заключается в том, когда её закладывать в вар. Передаю лучший, как говорили в былые времена, патентованный способ.

Очень мелко порезанная свежая крапива разделяется на две примерно равные части. Кроме них готовится к варке сушеная, перемолотая в порошок крапива. Можно урожая прошлого года, можно даже аптечная, но она стоит денег, а ведь мы хотим что удастся приготовить бесплатно.

После того, как вода с картошкой и прочими имеющимися овощами закипела, закладываем первую порцию свежей крапивы. Вторая порция уходит за пять минут до окончания варки и, наконец, главное: перед тем, как окончательно закрыть крышку и выключить плиту, быстро высыпаем спичечный коробок растертой до состояния пудры сушеной крапивы. На этом — всё. Вкус непередаваемый.

Тот же самый процесс закладки крапивы и во вторые блюда: в варёный картофель, макароны, горох… Из деликатесного употребления хороша крапива посыпанная на шашлык, на любое обжаренное или тушёное мясо.

Свежую крапиву можно использовать в жаркую погоду, оставшись неожиданно без холодильника. В этом случае проложите каждый кусок мяса или рыбы в кастрюле со всех сторон толстым слоем крапивы. Продукты по крайней мере сутки будут сохраняться свежими даже на солнцепеке.

Сныть не так вкусна, как крапива, но есть её можно. Горечь сныти убирается обычным способом: траву надо ошпарить два-три раза.

БОЛТУШКА

Болтушку в некоторых регионах к западу от Москвы называют «болтанкой» с ударением на первом слоге. Готовится она, как и большинство блюд этой коллекции экстремальной кулинарии, совершенно просто.

Если у вас сохранилась ржаная или пшеничная мука любого помола, ее разводят на холодной воде и пьют утром. Она хорошо утоляет голод. Пьют болтушку небольшими порциями, поскольку мука подобно крупе при переваривании имеет свойство набухать. Муку можно сделать из гречневой, рисовой и любой другой крупы. Дают по два-три глотка и малым детям.

Отцеженную густую муку или нажеванный хлеб дают грудным детям в качестве соски, завязанной в двух слоях марли. Кстати, это описано Глебом Успенским в очерке «Власть земли», где рассказывалось о жизни и быте русских крестьян. В марлевую соску можно добавить витаминные или лечебные снадобья: капли отвара мать-и-мачехи при кашле, сок подорожника при желудочных болях, толченый сухой шиповник или листья крапивы как общеукрепляющее.

БУЛЬОН С ФРИКАДЕЛЬКАМИ ИЗ ОПИЛОК

Самая тяжелая для желудка еда — опилки. Однако в разных странах в годы лихолетий всегда использовали опилки в качестве добавок при выпечке хлеба. Был такой опыт и в Первую, и во Вторую Мировую войну. До 25 процентов опилок подмешивали к муке.

Опилки хвойных пород деревьев не очень годятся для этого, но выбирать порой не приходится. Чтобы блюдо было съедобно, надо постараться выбрать березовые, липовые, а еще лучше сладкие породы: вишня, яблоня, груша, слива… Садовые породы измельчаются легко после хорошей просушки, особенно тонкие ветки. Высушенные стружку, опилки, нарезку веток надо постараться истолочь как можно мельче, в идеале — до состояния муки. Если использовать кофемолку или мельницу невозможно, надо вспомнить дедовский способ и толочь слегка поджаренные, но не горелые опилки венчиком в ступе, на худой конец — картофельной мялкой в кастрюле.

Из этой муки можно напечь лепешек. Ими вполне можно время от времени утолять голод, однако особой радости ни телу, ни душе такие лепешки не приносят, особенно, если они совершенно постные, без соли и сахара.

Гораздо вкусней блюдо из опилочной, прожаренной до вкуса семечек муки покажется, если налепить из нее шариков и, закидывая в кипящий бульон любого состава, называть их клецками, галушками или даже пельменями. Если в доме найдется хотя бы одна картофелина или жмень манки, муки, их хорошо бы подмешать в эти клецки, зразы, фрикадельки из фруктовых деревьев. Это уже — настоящая еда.

В связи с применением древесины для приготовления пищи, некоторые кулинары могут додуматься и использовать бумагу, полагая, что ее легче разварить, чем опилки. По идее, действительно, так, но не следует этого делать даже с чистой бумагой: при изготовлении целлюлозной массы применялись химикаты. Из красивой мелованной бумаги, а тем паче фанеры или древесно-стружечной плиты вы наварите сущего яду. На этом поле лучше не экспериментировать.

ЩИ ИЗ ЛЕБЕДЫ

Основное блюдо из лебеды — закусочный салат, но очень неплохие получаются из этой травы и кислые щи. Для их приготовления квашеную лебеду необходимо вымочить в холодной воде и, если есть жир, как лук в пережарку хозяйка делает, слегка поджарить ее листья. Дело в том, что и так уже мягкую лебеду после закваски и варки можно превратить совсем уж в мятуху. Вкус от этого не изменится, но хорошо бы создать полный образ настоящих щей. В предварительной пережарке листья сохранят свой исконный вид. Но в экстремальных условиях не стоит на кулинарный дизайн тратить остатки жира. Просто у вас получатся щи-пюре.

Поэкспериментируйте с сочетанием настоящей квашеной капусты и лебеды в виде добавки, а также лебеды квашеной и свежей не только в щах, но и вареной картошке, котлетах, макаронах, горохе. Получаются интересные необычные блюда.

Вспоминаю как Махмуд Эсамбаев году в 1971-ом или 1972-ом, во время гастролей в Смоленске неожиданно для всех попросил на банкете в честь завершения своих выступлений в ресторане «Россия» сварить два горшка картошки в мундире. Их поставили посреди довольно изысканных блюд, и они вызвали искренний восторг и живой интерес. По окончании банкета оставались многие деликатесы, но в горшках же не было ни одной картофелины.

ТОШНОТИКИ

Картофель на Руси появился относительно недавно, но различных блюд из него напридумывали несколько сотен. Их рецепты можно прочитать в энциклопедии «Все блюда из картофеля». Нет там только одного — блюда экстремальной кулинарии под ласковым названием «тошнотики».

Для тошнотиков использовались картофельные очистки. Их мыли, варили, делали пюре. И из этой мятухи готовили котлеты.

Откуда же брались очистки, если не было картошки?

Дело в том, что российские крестьяне всегда сушили, а зимой морозили излишки очисток про запас для животных. Хранить их было легко, а потому традиция заготовки сохранилась до наших дней.

Кладут в вареные картофельные очистки, или, по-другому, облупки, оставшийся жир, крапиву, укроп, другие приправы, однако не помогает ничего. Вкус тошнотиков, несмотря ни на какие кулинарные ухищрения, к сожалению, полностью соответствует их названию.

ТЕСТО С ПЕПЛОМ

В кулинарии сода используется часто, а в экстремальных ситуациях она может стать дефицитом. Вместо соды настоящей вполне подойдет пепел. Для этой цели лучше всего сжечь стебли подсолнечника, топенамбура или кукурузы. Эта пепельная щелочь будет несколько необычного цвета, но вкус теста не испортит.

ЛЕБЕДА, МОКРИЦА, ЛОПУХ, А ПОЛУЧАЕТСЯ ЛЕПЕШКА!

Очень вкусное блюдо можно приготовить из лебеды, смешав ее с мокрицей — травой такой, которая вам давным-давно на даче, грубо говоря, «всю плешь переела».

Сушеную лебеду и крапиву надо смешать с измельченной свежесорванной мокрицей и обвалять в муке, приготовленной из сушеного корня лопуха. Получаются лепешки, по вкусу достойные эксклюзивных блюд лучших ресторанов мира.

Для кормящих матерей в экстремальное время — это одно из немногих беззатратных блюд, способных поддерживать нормальную молокогонность.

ЗАКУСЬ

ЛУКОЧЕСНОК

Вся приусадебная палестина моего соседа по родовому имению в городе Вязники Владимирской области фронтовика Ивана Антоновича Талаленко засажена пучками многолетнего «лукочеснока». Это я так назвал его сорт. Он напоминает по вкусу дикий лук, черемшу с примесью чеснока. Растет лукочеснок прямо из-под снега ранней весной и до самой зимы.

Над чудачеством — разведением этого лука поначалу все соседи потешались, однако… Ивану Антоновичу скоро восемьдесят, он весь в осколках Великой Отечественной, когда-то было подозрение даже на туберкулез, а его жена Галина Петровна, которая тоже в войну на передовой побывала, кроме фронтовых болячек еще и «мирный» сахарный диабет заработала. С тех пор круглый год вот уж 20 или 30 лет рацион моих соседей состоит исключительно из «салата»: лукочеснок с черным хлебом. На завтрак, обед и ужин… В День Победы к этому салату еще добавляются две-три рюмки водки и все. Ни мяса, ни рыбы, ни круп. Рецепт долголетия и исцеления от многочисленных напастей есть, он проверен временем. У них целые, здоровые и белые зубы без пасты и щетки, хорошее зрение и слух, а Иван Антонович еще и курит «Приму», разрезая каждую сигарету пополам. В день он выкуривает 10–12 половинок через мундштук.

С ЛОПАТОЙ И ЛОМОМ В СУГРОБ ЗА ЗАКУСКОЙ

Когда по амбарам, сусекам и закромам уже отыскать ничего невозможно, нас, вдруг, заснеженной студеной зимой осенит: в самом конце нашего сада-огорода мы несколько лет пытались бороться с растением, которое теперь нам поможет выжить. Это — топинамбур или земляная груша.

Зачем мы его посадили, теперь уже и не упомним: толку от этой груши никакого: случалось, раз в два-три года натрем на крупной терке, поедим — и всё на том. Плодится топинамбур безо всякого ухода даже в чистой глине, а в приличном гумусе вообще забивает вокруг неуемной своей плодовитостью все растения. Казалось, единственное достоинство этой груши — красивое цветение до самого снега, ан нет.

Теперь мы вспомним о груше, как о манне небесной, возьмем лопату, лом и пойдем долбить мерзлую землю. Сухие толстые и длинные, высотой до трех метров стебли топинамбура возвышаются над сугробами, показывая нам место своего произрастания.

Все зимующие корнеплоды в зависимости от температуры либо прячутся поглубже в землю, либо наоборот вылезают к поверхности. Так делает посаженный под зиму чеснок, лук, морковь. Герой Соцтруда из деревни Глинищи механизатор Сергей Васильевич Коновалов научил меня когда-то сажать даже картофель под зиму. Его кладут, углубляя в свежевскопанную землю рядами и, в отличии от весенней посадки, не боронуют палестину, а насыпают над картофельными рядами подобие борозд. Прекрасно в средней полосе зимует картофель.

Что заставляет корнеплод двигаться вверх-вниз в зависимости от мороза, каков механизм и где движитель, для меня остается тайной: ни один даже академический сельхозучебник не дает на это убедительного ответа, но так делают все озимые культуры, включая зерновые, хотя способности, возможности и скорости движения у всех культур почему-то разные. Эти способности быстро спрятаться вглубь и говорят как раз о сортовой морозоустойчивости.

Вот так и земляная груша улезла поглубже в землю. Долбим, а корней вроде бы и нет. Тем не менее, топинамбур на глубине штыка или двух штыков мы все же отыщем с помощью лопаты и лома даже самой лютой зимой. Он беспредельно устойчив к морозам. Корневище земляной груши похоже на корень георгина.

Его моют, чистят от верхней шкурки, трут на крупной терке и едят в сыром виде, посолив и сдобрив растительным маслом по возможности. Если добавить мелко рубленный чеснок, получится другое, более острое блюдо. Вообще, в обычной жизни, «работая» с топинамбуром, можно воспользоваться опубликованными рецептурами блюд для редьки. Они похожи.

САЛАТ В ПАМЯТЬ О СЕРАФИМЕ САРОВСКОМ

Знаменитый русский святой Серафим Саровский, как рассказывают жития, ел «траву снитку». Мы ее называем сныть. В Центральной России ее легко найти и в лесу, и в запущенном саду. Из сныти готовится хороший салат. В случае, если найдется яйцо, луковица, соль, сметана, этот салат можно признать даже весьма вкусным и полезным. Особенно весной, когда сныть молода.

ВИНЕГРЕТ ИЗ РОЗ

Эту историю я помню с раннего детства. Ее рассказывает моя мать Клавдия Васильевна, заядлый цветовод в своей молодости. Её младший брат, мой дядя Борис Васильевич Цыплев как-то по весне нашёл в саду пробивающийся чеснок, вытащил из земли и съел довольно крупные две или три головки.

Пришла старшая сестра и обомлела: оказалось, что трехлетний Боря съел не чеснок, а страшную редкость по тем временам в провинции — тюльпаны, которые только-только проросли на грядке сестры. Конечно, испугались за здоровье мальчика, но тюльпаны переварились весьма благополучно.

При желании и необходимости из комнатных и садовых растений и цветов можно без всякого сомнения есть столетник, лепестки всех видов роз, ромашек, гладиолусов, георгинов. Вообще, существует один народный совет, который применим для всех растений: прежде, чем употребить в пищу, надо сначала понюхать, а потом пожевать небольшую часть листа коры или стебля. Съедобный без вымачивания и варки продукт обязательно хорошо пахнет, а на вкус ощущается сахар или кислота без горечи.

ТРАДИЦИОННЫЕ РУССКИЕ НАПИТКИ

КРУТОЙ КИПЯТОК

Традиционные русские напитки — в основном совсем не то, о чем вы в первый момент подумали. Их классикой, например, является крутой кипяток.

Он готовится просто. Берется кастрюля, ведро, чайник, котелок, самовар — любая емкость, в которой кипятится вода. После того, как вода закипит, все участники этой русской чайной церемонии усаживаются вокруг ведра, самовара, черпают или разливают кипяток по широким блюдцам, тарелкам, пиалам и пьют, сдувая верхний самый огненный слой божественного по вкусу и целебности напитка.

Не нужно волноваться за то, что вы обожгётесь. Сам организм определит, на какую температуру готов. Он отрегулирует это расстоянием между кромкой блюдца и губами.

Весь фокус в том, что русский чай пьют, не отхлебывая его глотками — так действительно можно получить серьезные ожоги, а вдувая в себя небольшое количество кипятка, громко чавкая при этом, издавая свистящие звуки при вдохе и утробные хрипы при выдохе, стоны типа «О…о…о», «А…а…а», «Уу-фф…» Истошные звуки, стоны и возгласы способствуют блаженному наслаждению от русского чаепития, раскрывая не только поры тела, но и души.

Не слушайте тех, кто говорит, что нельзя пить крутой кипяток. Его нужно пить именно почти смертельно горячим. От этого и глотка делается луженой, как говорили на Руси, и пищевод дубеет от 90-градусного ужаса, а ошпаренному желудку потом никакие язвы не страшны.

Чтобы результат был полным, русского чаю надо выпить таким образом без длительных остановок стаканов десять-двенадцать веса тела. Известный всему миру специалист по детской экстремальной хирургии доктор Рошаль признался в одном из интервью, что сам «лечится» крутым кипятком, когда устает.

На такое чаепитие захватите полотенце, поскольку на пятом стакане вы уже начнете понимать смысл жизни и никуда не пойдете. Вскроются межклеточные мембраны во всем теле, которые выбросят через поры накопившиеся в организме шлаки. В комнату ворвется запах конюшни. Обильно или, как говаривали в чайных Нижнего Новгорода, градом хлынет из вас соленый пот. Протирайтесь, не раздеваясь и пейте крутой кипяток до седьмого пота.

На девятом — двенадцатом стакане вы почувствуете полное блаженство. Вы определите это по холодному, кристально

чистому поту, не требующему больше никаких дезодорантов.

Всё! Тело и душа чистые!

Если есть возможность, как советовали в Смоленской губернии, тут же отбросить копыта и заснуть, не отходя от стола, — сделайте это после русского чая непременно. Вы проснетесь новым человеком.

Не верьте, если вам говорят, что такой крепкий русский чай вам противопоказан из-за каких-то недугов. Выброс шлаков — это не единственное достоинство деликатеса под названием «крутой кипяток».

Одновременный подъем температуры и давления убивает самые злополучные клетки. Давление — благая реакция на какую-то болячку, а не зло. Излишки давления сбрасываются сами, почти без нашего участия, расслаблением… Если, конечно, вы не приучили организм ежедневно сбивать давление лекарствами. В этом случае надо сначала постепенно отказаться от препаратов, а потом окончательно излечиться крутым кипятком и баней.

Полотенце после очищающего чаепития, как волосы после стрижки и бритья рекомендуют в деревнях закапывать в землю. А то оно сохраняет наше биополе и, если попадет на свалку, в огонь, могут случаться головные боли и прочие недуги, поскольку очень долго сохраняется связь этих частичек биополя с самим человеком. Об этом — притча древних, что обрезав волосы, человек лишается силы. Это знали и на Руси, и всегда складывали, особенно детские волосы в коробочки.

ПРОСТО ВОДА

Сохранились совершенно уникальные воспоминания о том, как в годы Великой Отечественной войны люди ждали освобождения рядом со складами знаменитого завода шампанских вин Абрау-Дюрсо. У них были овощи, некоторый запас круп, даже мясо и рыба. Но у них отсутствовала пресная вода, и несколько долгих месяцев люди использовали для приготовления пищи… «Советское шампанское». Это на первый взгляд кажется комичным, — каши манной поел и пьяный ходишь. А спустя годы эти люди не могли переносить даже запаха шампанского: он у них стойко ассоциировался со взрывами, укрытиями в штольнях, с войной. Но они сумели выжить.

Наибольшие трудности в сложные времена бывают именно с водой. К голоду человек через некоторое время кое-как привыкает, к жажде привыкнуть невозможно. Надолго запастись водой трудно, но опыт показывает, что вода, заготовленная в Крещение, 19 января хранится без проблем.

Эта вода буквально несколькими глотками утоляет жажду и имеет ещё немало удивительных свойств. Так, крещенская вода, взятая в разные емкости до полуночи и на следующее утро до 12 часов дня, употребляется как лечебная в определенных сочетаниях, наподобие некогда модного лечения, так называемой живой и мертвой водой. Оказывается, что многие сказки на самом деле — притчи.

БЫСТРОРАСТВОРИМЫЙ КОФЕ ИЗ ЛОПУХА

Лопух обыкновенный — настоящий спаситель человека не только потому, что полезен и вкусен в любом виде. Главная заслуга лопуха, что его не сажать, не искать не нужно. В любом месте вышел и выкопал. Не требует он и совершенно никаких затрат, чтобы из лопушиного корня приготовить гарнир-мятуху, наподобие картофельного. Очистив от верхней твердой части, корень можно есть, как морковку, в сыром виде.

Однако, совершенно неподражаем корень лопуха в качестве заменителя кофе. Рецепт записан со слов жителя подмосковного города Королёва Доната Костецкого. По его словам, этот кофейный напиток помогал ему с сослуживцами во время службы на границе.

Корень лопуха надо очистить, измельчить и жарить, не пережигая, до темно-коричневого кофейного цвета. После остывания, истолочь до состояния муки. Это на границе называлось «быстрорастворимым кофе», поскольку напиток похож на кофейный не только по цвету, но и по запаху, вкусу и, что особенно удивительно, — бодрящими свойствами.

МЁД ИЗ НЕКТАРА ОДУВАНЧИКОВ

Это прекрасное лакомство можно изготавливать и в экстремальных условиях, и в обыденной жизни. Рецептов нектарного меда много. Я приведу записанный со слов жительницы владимирской деревни Филисово Елизаветы Ильиничны Бабашкиной.

Для приготовления нектарного меда из одуванчиков необходимо нарвать 400 желтых головок одуванчиков, подержать их часа два-три в холодной воде, изредка меняя её, потом трижды ошпарить их крутым кипятком, откидывая каждый раз на дуршлаг. Так выводится горечь. Затем головки варятся на медленном огне в небольшом количестве сиропа в кастрюле с закрытой крышкой. Сироп по мере выпаривания добавляется, но так, чтобы в результате вместе с одуванчиками жидкости осталось граммов 800. Варка от начала кипения занимает около 30–40 минут.

Сироп: 200 граммов сахарного песку засыпаются в поллитровую банку и заливаются горячей водой до верху.

По окончании отвар процедить в чистую поллитровую банку, оставшиеся головки отжать. Должно получиться 500 граммов самодельного нектарного меда. По остывании он загустеет и приобретет золотистый цвет.

Можно изготовить мёд и без сахара, но головок нужно будет сорвать в два раза больше, а ошпаривать 5–6 раз. Такой мёд сложнее хранить.

Такими же способами можно сварить целебный мёд из молодых побегов сосны. Отличить молодые побеги очень легко: они салатового цвета, на концах сосновых лап, а прошлогодние ветки тёмно-зелёные или бурые. При желании можно даже объединить варку мёда одуванчиков и побегов сосны.

В экстремальных условиях выжимки после варки не нужно выбрасывать, в них ещё много полезных веществ. Они вкусные и вполне пойдут в пищу.

МЕСТОРОЖДЕНИЕ ВИТАМИНОВ

Зимой, ранней весной, а тем более в экстремальное время недостает витаминов. Найти витамины легко в любом саду. Они «висят» каплями на сливах и вишнях. Сливовая и вишневая «смола» или, по-другому, «вар» трудно растворима в воде, а потому лучше жевать ее, как ириску, в первозданном природном виде. Она хорошо утоляет аппетит.

С началом сокодвижения можно искусственно создать условия появления большого количества витаминных наплывов на деревьях. Для этого нужно сильно укоротить ветки не особо ценных старых слив и вишен и замазать садовым варом или краской все места спилов.

Избыток соков переполнит артерии, и через несколько дней на коре стволов появится множество новой мягкой слегка застывшей «смолы». Свежие наплывы легче растворяются в воде, и их понемногу можно подмешивать в пищу грудных детей в трудную пору.

Самый тонизирующий и жаждоутоляющий натуральный напиток — берёзовый сок. При необходимости его можно собирать с ранней весны до поздней осени, но сладкий и наиболее вкусный березовый сок бывает только во время набухания почек и распускания листьев.

КИСЕЛЬ ИЗ НИЧЕГО

На десерт можно буквально, как говорится, из ничего сварить целебный и великолепный на вкус сладкий кисель без сахара. Его рецепт я записал в Смоленской деревне Луговцы. Примечательно, что кисель, обволакивая стенки пищевода и желудка, надолго избавляет человека от чувства голода. В обычной жизни он — практически бесплатная находка для людей, страдающих избыточным весом: не нужны дорогие и бесполезные импортные снадобья с сомнительными химикатами.

Для любого киселя главный ингредиент — крахмал. Самый лучший без специфических привкусов — обыкновенный картофельный. Его в Луговцах готовят весьма просто.

Очищенный картофель натирают на терке, заливают небольшим количеством воды и тщательно размешивают. Полученное белое крахмальное молочко процеживают в кастрюлю, а картофельные выжимки еще несколько раз заливают водой, размешивают, процеживают и сливают в эту же кастрюлю. Весь крахмал теперь в ней. Дают ему отстояться. осесть и сливают верхний слой. Более густые осадки надо разлить из кастрюли по плоским ёмкостям типа жаровни слоем примерно в сантиметр и выставить на естественное высыхание, прикрыв марлей. Можно и ускорить процесс сушки, поставив жаровни в открытую настежь газовую плиту, но в Луговцах считают, что это ухудшает вкус. В зависимости от погоды через пять-шесть в жаровнях останется сухой белый порошок. Это — чистый домашний крахмал. На нем и сварим кисель.

Рецепты киселей есть в обычных кулинарных книгах, а экстремальный кисель отличается не только самодельным крахмалом, но и отсутствием в наших закромах сахара. Чтобы исправить положение и получить вкусный сладкий кисель, мы сделаем его не на воде, а на меду из одуванчиков (о нём в книге рассказано), на отваре из свежих сосновых побегов, на березовом соке или водном растворе загустевших наплывов сока вишни и сливы.

КОШАЧЬЕ МОЛОКО

Мы до сих пор говорили о еде из растений, имея в виду, что зверя дикого или домашнего в первые же дни лихого времени не останется ни в лесу, ни в подворье. Наверное, так оно и есть. Но кроме свиней, кроликов и кур, по счастью, рядом с нами ещё множество другой съедобной живности. Жарить можно саранчу, домашних тараканов, клопов, если вы их давно не подчевали ядохимикатами. Комары — вообще сущий деликатес, жаль только, не будет к этому времени сметаны к ним. Хотя нет — молоко добыть можно.

У нас могут сохраниться наши любимцы: кошка и собака. Даже в самое голодное время не стоит смотреть на них, как на мясо.

В смоленском поселке Кардымово, который в оккупацию долгое время был под немцем, мне рассказали в начале 70-х потрясающую историю о том, как сторож местной пожарной команды соорудил тайный загон под каланчей. Он собрал туда десятка два кошек и собак и научился их… доить. Да, да. Устроил ферму и на рынке выменивал кошачье и собачье молоко на соль, хлеб, сахар. К нему потом на дом ходили за кошачьим или собачьим молоком для больных. Оказывается в этом молоке огромное количество гормонов и натуральных антибиотиков.

Правда, если собаку доить не столь сложно и дает она около стакана молока, то кошку приучить к искусственной дойке весьма сложно, а надой — две-три столовые ложки. Однако затраты сил, времени и нервов окупят себя — кошачье молоко вкусное и удивительно целебное. Кошки сами редко болеют и вам не дадут ни оголодать, ни захворать.

В поселке Кардымове ходят слухи, что и после войны к пожарному приходили люди за кошачьим молоком. Якобы оно помогает от рака. А в сочетании с барсучьим (собачьим) салом, столетником и медом вообще становится панацеей от самых неизлечимых болезней.

Проверить это практически невозможно: ни один, даже близлежащий к Кардымову Смоленский медицинский институт не изучает народную медицину.

КВАС, ПИВО, БРАГА

В экстремальных условиях затяжной стресс необходимо всё-таки чем-то снимать. Самый простой, даже примитивный и относительно быстрый способ получения тонизирующего напитка без названия, но с приличной дозой алкоголя заключается в следующем: надо создать условия, чтобы забродил продукт, имеющий в своей химической структуре сахар. Именно он превращается в алкоголь.

Проще всего натереть или пропустить через мясорубку морковь, свеклу, яблоки, груши, арбузные, апельсиновые, мандариновые корки и, конечно, — сами плоды. Залейте всю эту массу теплой водой и ищите по сусекам ускорителей процесса. Очень хорошо, если найдется горох или любые проросшие семена злаковых и незлаковых культур — они ускорят брожение. Кладите всё, что попадет под руку и не жалко: прогорклое пшено, старый рис, плеслый и проросший картофель, завалявшуюся капусту, окаменевшие сушеные фрукты… В конце концов, как верно писал Владимир Высоцкий, за неимением лучшего, положите даже опилки. Желательно только, чтобы они были старыми, начавшими подгнивать…

В это же пойло из-за отсутствия дрожжей, необходимо положить одну, желательно только что «испечённую» дозу свежего куриного помета. За неимением в большом городе куриного, можно использовать голубиный или любой другой птичий помет с чердака вашего дома.

Закройте емкость и периодически подогревайте. Запах браги появится уже на второй день, но следует потерпеть дней пять-шесть. После этого, разливайте игристое домашнее шампанское по красивым бутылкам и ставьте на стол. Можно звать гостей.

ОПТИМИСТИЧЕСКИЙ ФИНАЛ

ХАРЧЕВНЯ

В 2002 году в Лондоне открылся первый в мире ресторан нетрадиционной пищи. Подают пюре из саранчи, червей в шоколаде и множество других не менее удивительных блюд.

Какой-нибудь наш предприниматель вполне мог бы во Владимире, а может быть в «Суздальском поместье» или в Москве, Петербурге, Париже или Ницце открыть уникальную харчевню русской экстремальной еды. По своей сути это было бы в Европе и в мире первое подобное заведение, ибо лондонский ресторан, о котором рассказал тогда собкор ОРТ Александр Панов 15 июня в программе «Время», специализируется на экзотических блюдах со всего света, а речь идет об экстремальности самой еды: съест человек червя или побрезгует?

Русская же харчевня стала бы более гуманна в этом смысле, она туристу «напомнила» бы не столько экстремальную еду, сколько ситуацию, в которую попадали люди в историческом прошлом, а пищу в этом ресторане подадут самую для лихого времени обычную: желуди по-свински, щи из лебеды и крапивы, квас и пиво на меду из одуванчиков, хлеб из опилок, пюре из корня лопуха…

С помощью старинных, во многом целебных, хотя и экстремальных блюд можно по спецзаказу попасть в какую-нибудь жуткую эпоху, а на память о посещении этой харчевни получить традиционный русский амулет, оберег — засушенный пучок дикого лука, который «меч стороной обходит», а тонкий запах от дурного глаза охраняет.